

		Śniadanie	\Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-17 piątek	BOGATOBIĄŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 100g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa serowa z grzankami ptysiowym 300ml (BIA, GLU, SEL) Ryba panierowana (miruna) 130g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Kisiel ekspresowy w proszku	Wart. energetyczna [kcal]: 2567,23 Białko ogółem [g]: 138,89 Tłuszcz [g]: 105,71 Kw. tł. nasycone [g]: 26,39 Węglowodany ogółem [g]: 407,33 W tym cukry [g]: 73,12 Błonnik pokarmowy [g]: 31,99 Sód [mg]: 1773
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 100g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL) Ryba z pieca (miruna) 100g (RYB) Sos jarzynowy 100ml (SEL) Ziemniaki 300g Surówka z tartej marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kisiel ekspresowy w proszku	Wart. energetyczna [kcal]: 2412,35 Białko ogółem [g]: 124,51 Tłuszcz [g]: 83,06 Kw. tł. nasycone [g]: 21,15 Węglowodany ogółem [g]: 300,57 W tym cukry [g]: 75,39 Błonnik pokarmowy [g]: 20,54 Sód [mg]: 1776
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z koperkiem 100g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa serowa z grzankami ptysiowym 300ml (BIA, GLU, SEL) Ryba panierowana (miruna) 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Kisiel ekspresowy w proszku	Wart. energetyczna [kcal]: 2701,96 Białko ogółem [g]: 131,78 Tłuszcz [g]: 104,10 Kw. tł. nasycone [g]: 33,58 Węglowodany ogółem [g]: 316,93 W tym cukry [g]: 57,53 Błonnik pokarmowy [g]: 33,10 Sód [mg]: 1774

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-18 sobota	BOGATOBIĄKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 70g (BIA) Sałatka jarzynowa 80g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Ogórek zielony 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z kurczakiem 300g (SEL) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Kiełbasa żywiecka 50g (SOJ) Ser biały w plastrach 70g (BIA) Papryka 50g	Serek homogenizowany smakowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2456,7 Białko ogółem [g]: 125,34 Tłuszcz [g]: 74,45 Kw. tł. nasycone [g]: 24,18 Węglowodany ogółem [g]: 413,86 W tym cukry [g]: 81,03 Błonnik pokarmowy [g]: 26,90 Sód [mg]: 1890
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z kurczakiem 300g (SEL) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały w plastrach 70g (BIA) Kiełbasa żywiecka 20g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Serek homogenizowany smakowy 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2072,51 Białko ogółem [g]: 123,99 Tłuszcz [g]: 60,68 Kw. tł. nasycone [g]: 19,56 Węglowodany ogółem [g]: 287,29 W tym cukry [g]: 66,87 Błonnik pokarmowy [g]: 14,60 Sód [mg]: 1870
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 70g (BIA) Sałatka jarzynowa 80g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Ogórek zielony 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z kurczakiem 300g (SEL) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Kiełbasa żywiecka 50g (SOJ) Ser biały w plastrach 70g (BIA) Papryka 50g	Serek homogenizowany naturalny 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2489,28 Białko ogółem [g]: 126,44 Tłuszcz [g]: 79,25 Kw. tł. nasycone [g]: 22,51 Węglowodany ogółem [g]: 333,76 W tym cukry [g]: 51,61 Błonnik pokarmowy [g]: 36,96 Sód [mg]: 1887

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-19 niedziela	BOGATOBIĄŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 100g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Kotlet schabowy panierowany 130g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Parówki drobiowe 2szt. (SOJ) Ketchup 10g Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Ryż na mleku 200g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2435,6 Białko ogółem [g]: 136,71 Tłuszcz [g]: 99,15 Kw. tł. nasycone [g]: 47,53 Węglowodany ogółem [g]: 463,25 W tym cukry [g]: 98,85 Błonnik pokarmowy [g]: 26,95 Sód [mg]: 1798
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 100g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Salata 20g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos pietruszkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Ryż na mleku 200g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2354,61 Białko ogółem [g]: 126,90 Tłuszcz [g]: 64,69 Kw. tł. nasycone [g]: 12,50 Węglowodany ogółem [g]: 371,34 W tym cukry [g]: 110,46 Błonnik pokarmowy [g]: 25,83 Sód [mg]: 1750
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 100g (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Kotlet schabowy panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Parówki drobiowe 2szt. (SOJ) Ketchup 10g Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 50g	Ryż na mleku 200g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2469,73 Białko ogółem [g]: 134,90 Tłuszcz [g]: 76,11 Kw. tł. nasycone [g]: 15,41 Węglowodany ogółem [g]: 351,46 W tym cukry [g]: 46,41 Błonnik pokarmowy [g]: 38,69 Sód [mg]: 1760

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-20 poniedziałek	BOGATOBIĄKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Galaretka drobiowa 60g (SEL) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Papryka 50g	Zupa fasolowa 300ml (SEL) Naleśniki z twarogiem 2 szt. (BIA, JAJ, GLU) Sos owocowo-jogurtowy 100g (BIA) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Skyr owocowy 1szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2501,2 Białko ogółem [g]: 127,11 Tłuszcz [g]: 106,15 Kw. tł. nasycone [g]: 47,53 Węglowodany ogółem [g]: 463,25 W tym cukry [g]: 98,85 Błonnik pokarmowy [g]: 26,95 Sód [mg]: 1644
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Galaretka drobiowa 60g (SEL) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, SEL) Naleśniki z twarogiem 2 szt. (BIA, JAJ, GLU) Sos owocowo-jogurtowy 100g (BIA) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Skyr owocowy 1szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2377,61 Białko ogółem [g]: 121,1 Tłuszcz [g]: 64,69 Kw. tł. nasycone [g]: 12,50 Węglowodany ogółem [g]: 371,34 W tym cukry [g]: 110,46 Błonnik pokarmowy [g]: 25,83 Sód [mg]: 1629
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Galaretka drobiowa 60g (SEL) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Papryka 50g	Zupa fasolowa 300ml (SEL) Naleśniki z twarogiem 2 szt. (BIA, JAJ, GLU) Sos owocowo-jogurtowy 100g (BIA) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Skyr naturalny 1szt. (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2499,8 Białko ogółem [g]: 126,8 Tłuszcz [g]: 76,11 Kw. tł. nasycone [g]: 15,41 Węglowodany ogółem [g]: 351,46 W tym cukry [g]: 46,41 Błonnik pokarmowy [g]: 38,69 Sód [mg]: 1630

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-21 wtorek	BOGATOBIALKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Salami 50g (SOJ) Serek mozzarella 50g (BIA) Pomidor 50g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 130g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 50g (SEL) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2601,2 Białko ogółem [g]: 123,4 Tłuszcz [g]: 125,6 Kw. tł. nasycone [g]: 47,03 Węglowodany ogółem [g]: 481,12 W tym cukry [g]: 85,92 Błonnik pokarmowy [g]: 32,62 Sód [mg]: 1788
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek mozzarella 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 50g (SEL) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Sałata 20g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2299,31 Białko ogółem [g]: 117,09 Tłuszcz [g]: 74,92 Kw. tł. nasycone [g]: 14,81 Węglowodany ogółem [g]: 351,66 W tym cukry [g]: 69,60 Błonnik pokarmowy [g]: 23,36 Sód [mg]: 1760
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Salami 50g (SOJ) Serek mozzarella 50g (BIA) Pomidor 50g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta warzywna 50g (SEL) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2566,91 Białko ogółem [g]: 122,4 Tłuszcz [g]: 111,2 Kw. tł. nasycone [g]: 18,73 Węglowodany ogółem [g]: 348,92 W tym cukry [g]: 49,24 Błonnik pokarmowy [g]: 41,06 Sód [mg]: 1755

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-22 środa	BOGATOBIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek na słodko 50g (BIA) Dżem 30g Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, SEL, GLU, JAJ) Udko z kurczaka pieczone 1szt. (ok. 250g) Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Papryka 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2456,07 Białko ogółem [g]: 130,78 Tłuszcz [g]: 127,56 Kw. tł. nasycone [g]: 49,70 Węglowodany ogółem [g]: 454,15 W tym cukry [g]: 119,01 Błonnik pokarmowy [g]: 30,94 Sód [mg]: 1842
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek na słodko 50g (BIA) Dżem 30g Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, SEL, GLU, JAJ) Udko z kurczaka gotowane 1szt. (ok. 200g) Sos biały (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Marchewka gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2145,48 Białko ogółem [g]: 128,56 Tłuszcz [g]: 51,01 Kw. tł. nasycone [g]: 13,75 Węglowodany ogółem [g]: 336,97 W tym cukry [g]: 107,71 Błonnik pokarmowy [g]: 22,64 Sód [mg]: 1810
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twaróg 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (BIA, SEL, GLU, JAJ) Udko z kurczaka pieczone 1szt. (ok. 200g) Ziemniaki 300g Marchewka z groszkiem 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Papryka 50g	Kefir 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2433,82 Białko ogółem [g]: 129,13 Tłuszcz [g]: 57,93 Kw. tł. nasycone [g]: 15,52 Węglowodany ogółem [g]: 320,63 W tym cukry [g]: 64,39 Błonnik pokarmowy [g]: 30,57 Sód [mg]: 1821

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-23 czwartek	BOGATOBIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 180g (GLU, SEL) Placki ziemniaczane 2 szt. (GLU, JAJ) Surówka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Serek ziarnisty 50g (BIA) Ogórek kiszony 50g	Serek homogenizowany 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2413,3 Białko ogółem [g]: 125,31 Tłuszcz [g]: 116,16 Kw. tł. nasycone [g]: 71,53 Węglowodany ogółem [g]: 441,00 W tym cukry [g]: 67,31 Błonnik pokarmowy [g]: 27,74 Sód [mg]: 1773
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Krem ziemniaczany z groszkiem ptysiowym 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 150g (GLU, SEL) Placki ziemniaczane 2 szt. (GLU, JAJ) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Serek ziarnisty 50g (BIA) Pomidor b/s 50g	Serek homogenizowany 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2062,21 Białko ogółem [g]: 123,45 Tłuszcz [g]: 53,97 Kw. tł. nasycone [g]: 21,25 Węglowodany ogółem [g]: 306,01 W tym cukry [g]: 66,67 Błonnik pokarmowy [g]: 20,18 Sód [mg]: 1759
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pt. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy duszony 150g (GLU, SEL) Placki ziemniaczane 2 szt. (GLU, JAJ) Surówka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Serek ziarnisty 50g (BIA) Ogórek kiszony 50g	Serek homogenizowany 150g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2359,17 Białko ogółem [g]: 122,89 Tłuszcz [g]: 68,73 Kw. tł. nasycone [g]: 27,17 Węglowodany ogółem [g]: 337,88 W tym cukry [g]: 49,41 Błonnik pokarmowy [g]: 35,78 Sód [mg]: 1772

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-24 piątek	BOGATOBIĄKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser mozzarella 50g (BIA) Pasta warzywna 100g (SEL) Pomidor 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2szt. (JAJ) Ziemniaki 300g Fasolka szparagowa z masłem i bułka tartą 100g (BIA, GLU) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus 50g (ZIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek konserw. 50g	Jogurt owocowy 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3310,61 Białko ogółem [g]: 119,90 Tłuszcz [g]: 136,51 Kw. tł. nasycone [g]: 64,51 Węglowodany ogółem [g]: 397,30 W tym cukry [g]: 89,26 Błonnik pokarmowy [g]: 28,54 Sód [mg]: 1680
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser mozzarella 50g (BIA) Pasta warzywna 100g (SEL) Pomidor b/s 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2szt. (JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Surówka z tartej marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2378,35 Białko ogółem [g]: 117,22 Tłuszcz [g]: 83,06 Kw. tł. nasycone [g]: 21,15 Węglowodany ogółem [g]: 300,57 W tym cukry [g]: 75,39 Błonnik pokarmowy [g]: 20,54 Sód [mg]: 1672
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser mozzarella 50g (BIA) Pasta warzywna 100g (SEL) Pomidor 50g	Barszcz czerwony 300ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2szt. (JAJ) Ziemniaki 300g Fasolka szparagowa z masłem i bułka tartą 100g (BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus 50g (ZIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek konserw. 50g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2689,96 Białko ogółem [g]: 118,13 Tłuszcz [g]: 104,10 Kw. tł. nasycone [g]: 33,58 Węglowodany ogółem [g]: 316,93 W tym cukry [g]: 57,53 Błonnik pokarmowy [g]: 33,10 Sód [mg]: 1683

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-25 sobota	BOGATOBIALKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300ml (SEL) Makaron po bolońsku 350g (w tym makaron 200g, 150 sosu mięsno-warzywnego na bazie mięsa wieprzowego) (SEL, GLU) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Salami 50g (SOJ) Serek ziarnisty 50g (BIA) Papryka 50g	Babka piaskowa 1 kawałek (GLU, JAJ)	Wart. energetyczna [kcal]: 3214,68 Białko ogółem [g]: 130,89 Tłuszcz [g]: 127,67 Kw. tł. nasycone [g]: 70,18 Węglowodany ogółem [g]: 413,86 W tym cukry [g]: 81,03 Błonnik pokarmowy [g]: 26,90 Sód [mg]: 1880
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 300g (w tym makaron 200g, 100g sos mięsno-warzywny na bazie mięsa wieprzowego) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek ziarnisty 100g (BIA) Pomidor b/s 50g	Babka piaskowa 1 kawałek (GLU, JAJ)	Wart. energetyczna [kcal]: 2072,51 Białko ogółem [g]: 125,78 Tłuszcz [g]: 60,68 Kw. tł. nasycone [g]: 19,56 Węglowodany ogółem [g]: 287,29 W tym cukry [g]: 66,87 Błonnik pokarmowy [g]: 14,60 Sód [mg]: 1874
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 50g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300ml (SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym 300g (w tym makaron 200g, 100g sos mięsno-warzywny na bazie mięsa wieprzowego) Brokuł gotowany 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Salami 50g (SOJ) Serek ziarnisty 50g (BIA) Papryka 50g	Babka piaskowa 1 kawałek (GLU, JAJ)	Wart. energetyczna [kcal]: 2489,28 Białko ogółem [g]: 127,34 Tłuszcz [g]: 79,25 Kw. tł. nasycone [g]: 22,51 Węglowodany ogółem [g]: 333,76 W tym cukry [g]: 51,61 Błonnik pokarmowy [g]: 36,96 Sód [mg]: 1878

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-04-26 niedziela	BOGATOBIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 100g (RYB) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek konserw. 50g (GOR)	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Eskalopki z kurczaka 130g Puree ziemniaczane 300g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Kielbasa żywiecka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2477,85 Białko ogółem [g]: 132,2 Tłuszcz [g]: 106,15 Kw. tł. nasycone [g]: 47,53 Węglowodany ogółem [g]: 463,25 W tym cukry [g]: 98,85 Błonnik pokarmowy [g]: 26,95 Sód [mg]: 1720
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 100g (RYB) Salata 20g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos pietruszkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Kielbasa żywiecka 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2354,61 Białko ogółem [g]: 131,09 Tłuszcz [g]: 64,69 Kw. tł. nasycone [g]: 12,50 Węglowodany ogółem [g]: 371,34 W tym cukry [g]: 110,46 Błonnik pokarmowy [g]: 25,83 Sód [mg]: 1694
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta rybna z koperkiem 100g (RYB) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek konserw. 50g (GOR)	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, JAJ) Eskalopki z kurczaka 100g Puree ziemniaczane 300g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy smakowy 50g (BIA) Kielbasa żywiecka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń ekspresowy w proszku 1 szt. (GLU)	Wart. energetyczna [kcal]: 2471,73 Białko ogółem [g]: 131,12 Tłuszcz [g]: 76,11 Kw. tł. nasycone [g]: 15,41 Węglowodany ogółem [g]: 351,46 W tym cukry [g]: 46,41 Błonnik pokarmowy [g]: 38,69 Sód [mg]: 1715

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med